

ВЫВОДЫ

Данные результаты могут быть использованы при определении предрасположенности учащихся к тому или иному профилю обучения, что поможет сделать выбор профиля более осознанным и обоснованным. Кроме того, полученные факты и выявленные сопоставления могут быть применены педагогами для разработки наиболее эффективных методик преподавания с учётом типов мышления, учебных стилей и стилей мышления учащихся различных профильных классов и подгрупп.

ЛИТЕРАТУРА

1. Иванова, О.С. Профилизация в современной школе: учёт психолого-педагогических факторов / О.С. Иванова // Интеграция методической (научно-методической) работы и системы повышения квалификации кадров. – М., Челябинск : Изд-во Челяб. ин-та переподготовки и повышения квалификации работников образования, 2011. – С. 296-301.
2. Ливер, Б.Л. Методика индивидуализированного обучения иностранному языку с учётом влияния когнитивных стилей на процесс его усвоения : дис. ... канд. пед. наук / Ливер Б.Л. – М., 2000. – 192 с.
3. Самойлов, Е.А. Компетентностно-ориентированное образование: социально-экономические, философские и психологические основания : монография / Е.А. Самойлов ; Самарский гос. пед. ун-т. – Самара : Изд-во СГПУ, 2006. – 160 с.
4. Тулькибаева, Н.Н. Педагогика: взаимосвязь науки и практики в условиях модернизации образования : монография / Н.Н. Тулькибаева, З.М. Большакова. – Челябинск : Изд-во Челяб. гос. ун-та, 2008. – 162 с.

Контактная информация: olga-iwa@mail.ru

УДК 796.853.234

ПРИМЕНЕНИЕ КОМПЛЕКСА УПРАЖНЕНИЙ ПО КАТА В СИСТЕМЕ ПОДГОТОВКИ ДЗЮДОИСТОВ 15-16 ЛЕТ

Артем Владимирович Ильин, аспирант,

*Национальный государственный университет физической культуры,
спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург
(НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

Аннотация

В статье рассматривается проблема подготовки юношей и девочек 15-16 лет. Представлены результаты эффективности экспериментальной программы подготовки юношей и девочек 15-16 лет с применением комплекса упражнений по ката.

Ключевые слова: подготовка дзюдоистов, обучение ката, юноши и девочки 15-16 лет.

APPLICATION OF THE COMPLEX OF EXERCISES ON KATA IN SYSTEM OF PREPARATION OF JUDOISTS AGED 15-16 YEARS

Artem Vladimirovich Ilyin, the post-graduate student,

The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St.-Petersburg

Annotation

The article considers the problem of preparation of young men and girls aged 15-16 years old. Results of efficiency of the experimental program for preparation of the young men and girls aged 15-16 years with application of complex of exercises on kata have been presented.

Key words: preparation of judoists, training to kata, young men and girls, aged 15-16 years.

Ката – это комплекс отработки приемов нападения и защиты в виде парных упражнений.

Анализ научной литературы выявил отсутствие каких-либо научных разработок по ката. На данный момент нет достоверных данных о том, как занятия ката влияют на тренировочный процесс в дзюдо.

Нами был проведен педагогический эксперимент, который проходил с марта 2010 года по апрель 2011 года. В эксперименте было задействовано 36 дзюдоистов 15-16 лет учебной тренировочной группы СДЮШОР "Олимпийские надежды" г. Санкт-Петербурга. Исследуемые дзюдоисты были поделены три группы: контрольную группу (КГ), экспериментальную группу №1 (ЭГ-1) и экспериментальную группу №2 (ЭГ-2) таким образом, что в каждой группе было одинаковое количество дзюдоистов с 1-м разрядом и кандидатов в мастера спорта.

В течение года спортсмены контрольной группы занимались дзюдо по программе спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, которая рекомендована федеральным агентством по физической культуре и спорту.

Дзюдоисты экспериментальной группы №1 занимались по специально разработанной нами комплексной программе подготовки, которая предусматривала занятия только по ката.

Планирование учебного материала для этой группы в годичном цикле обосновывается целями, стоящими на данном этапе подготовки спортсменов. Для дзюдоистов ЭГ-1 такой целью на сезон являлось успешное выступление на первенстве г. Санкт-Петербурга по ката. Исходя из этого, годичный цикл для дзюдоистов ЭГ-1 стартовал в марте 2010 года.

Программа подготовки дзюдоистов ЭГ-1 распределена на 3 периода:

1. Переходный период (март-май 2010 г.);
2. Подготовительный период (июнь-ноябрь 2010 г.);
3. Соревновательный период (декабрь 2010 г. - февраль 2011 г.).

Соотношение времени каждого раздела подготовки для дзюдоистов ЭГ-1 по ката представлены в таблице 1.

Таблица 1

Распределение времени для каждого раздела подготовки в годичном цикле

	Теоретическая подготовка	Технико-тактическая подготовка	Физическая подготовка	Психологическая подготовка
Переходный этап	20%	25%	50%	5%
Подготовительный этап	25%	60%	10%	5%
Соревновательный этап	10%	70%	10%	10%

Главной задачей переходного периода являлось ликвидация последствий утомления, накопившегося за прошлогодний тренировочный сезон. В этот период было 2 занятия в неделю.

Основной задачей подготовительного периода нужно считать изучение и совершенствование техники *nage-no-kata*. В этот период подготовки в неделю проходило 4 занятия.

Задачей соревновательного периода было подведение дзюдоистов к высшей соревновательной готовности. В этот период подготовки в неделю проходило 5 тренировочных занятий.

Дзюдоисты экспериментальной группы №2 занимались дзюдо, как и юноши из контрольной группы, по программе спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, но с некоторыми дополнениями. В тренировочный процесс этой группы был включен комплекс упражнений по ката.

Занятия по ката руководствовались планом технической подготовки, разработанным специально для экспериментальной группы №2.

В январе 2011 года спортсмены трех групп приняли участие в первенстве г. Санкт-Петербурга по ката и дзюдо.

В соревновании по ката спортсмены контрольной группы заняли места с 13 по 18, экспериментальной группы №1 места с 1-го по 6, юноши экспериментальной группы №2 места с 7 по 12. Средний балл контрольной группы составил 45 ± 6 , экспериментальной группы №1 - 255 ± 9 , экспериментальной группы №2 – 196 ± 7 .

Очевидное превосходство ребят экспериментальной группы №1 объясняется целенаправленной подготовкой этих дзюдоистов именно к этому старту и доказывает эффективность разработанной нами программы подготовки по ката.

В соревновании по дзюдо объективно неудачно выступили спортсмены экспериментальной группы №1. Показанный ими результат (одно 5-6 место, одно 7-8 место, 10 дзюдоистов остались без мест) свидетельствует об утрате у юношей этой группы навыков соперничества в контактной борьбе. Об этом же говорит результат сравнительного анализа первенства Санкт-Петербурга 2010 года с аналогичным стартом в 2011 году. Восемь спортсменов из двенадцати ухудшили свой результат, четыре борца выступили, так же как и в прошлом году. На наш взгляд это объясняется отсутствием в их программе подготовки специальных упражнений с применением реального противоборства с соперником, упражнений тактической подготовки проведения приема и тактической подготовки к конкретной встрече с соперником.

Юноши контрольной группы на этом турнире завоевали одно первое место, одно второе место, три третьих места, два спортсмена стали пятыми, три дзюдоиста седьмыми и один борец остался без места. Сравнивая этот результат с прошлогодним результатом на турнире такого же ранга, мы не выявили очевидной тенденции к росту спортивного мастерства у сформировавшейся группы. Против пяти спортсменов этой группы, которые улучшили свой результат – четыре дзюдоиста ухудшили его, и три борца остановились на тех же местах, что и год назад. Показатели контрольной группы можно считать успешным, хотя нельзя не отметить у них отсутствие какого-либо скачка в результативности.

Таблица 2

План технико-тактической подготовки по ката для дзюдоистов ЭГ-2 в годичном цикле

Период	Этап	Месяц	Задачи	Средства
Переходный период	Переходно-восстановительный	Май	Разучить движения способствующие формированию умения выполнения техники ката	Подготовительные упражнения
		Июнь		
		Июль		
Подготовительный период	1-й общеподготовительный	Август	Изучить ритуал начала и завершения в ката	Рицурэй, дзарэй
		Сентябрь	Изучить 1-й раздел ката	Уки-отоши, Сэой-нагэ, Ката-гурума
		Октябрь	Изучить 2-й раздел ката	Уки-гоши, Хараи-гоши, Цурикоми-гоши
		Ноябрь	Изучить 3-й раздел ката	Окури-аши-бараи, Сасаэ-цурикоми-аши, Учи-мата
	2-й спец. подготовительный	Декабрь	Способствовать совершенствованию каждого раздела по отдельности	Te-waza, Koshi-waza, Ashi-waza
Соревновательный период	1-й соревновательный	Январь	Способствовать совершенствованию ката в целом	Nage-no-kata
		Февраль		
	2-й соревновательный	Март		
		Апрель		

Дзюдоисты экспериментальной группы №2 на данном старте завоевали четыре первых места, четыре вторых места, трое спортсменов остановились в шаге от призовых

мест заняв пятое место, один юноша стал седьмым. Уровень различия между ЭГ-1 и КГ составил $P\text{-Value} = 0,01$.

Так же необходимо отметить успешное выступление дзюдоистов этой группы на первенстве России до 17 лет, которое проходило в Астрахани с 09.02.2011 по 11.02.2011 г. Двое спортсменов Багаутдинов Виль и Патоков Павел завоевали первые места, Гусева Наталия заняла второе место, Хлобыстин Дмитрий остановился на третьей позиции в итоговом протоколе, Ершов Павел стал пятым. Все перечисленные выше ребята попали в сборную команду страны.

Показатели выступления дзюдоистов экспериментальной группы №2 на первенстве Санкт-Петербурга и первенстве России подтверждают на практике убежденность основателя Дзигаро Кано [2] о том, что для понимания борьбы дзюдо и успешного выступления на соревнованиях необходимо помимо совершенствования личного техникотактического арсенала, развития физических и психологических качеств, разучивать и отрабатывать ката.

Так же необходимо отметить эффективность разработанной программы подготовки по ката для дзюдоистов 15-16 лет. Об этом свидетельствует успешное выступление юношей экспериментальной группы №1 на соревновании по ката. Данные результаты важны для популяризации дзюдо в мире, так как занятия ката менее травматичны и не требуют специальной физической подготовленности, такой, какая необходима для участия в соревнованиях по дзюдо.

ЛИТЕРАТУРА

1. Дзюдо : примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / Акопян А.О. [и др.]. – М. : Советский спорт, 2008. – 96 с.

2. Отаки, Т. Техника дзюдо / Тадао Отаки, Донн Ф. Дрэггер ; пер. с англ. Е. Гупало. – М. : ФАИР-ПРЕСС, 2003. – 592 с.

Контактная информация: ailyin-86@mail.ru

УДК 378

СТРУКТУРНО-ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ МОДЕЛЬ РАЗВИТИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У СОТРУДНИКОВ ГПС МЧС РОССИИ

*Татьяна Евгеньевна Илюшина, соискатель,
Алексеевский филиал Белгородского государственного университета,
Алексеевка*

Аннотация

В статье автор рассматривает структурно-функциональную модель развития коммуникативных способностей у сотрудников ГПС МЧС России. Показана взаимосвязь эффективности профессиональной деятельности сотрудников ГПС МЧС России и степени развития у них коммуникативных способностей. Обоснованы психолого-педагогические условия, необходимые для развития коммуникативных способностей у сотрудников ГПС МЧС России. Разработанная модель предусматривает формирование необходимых профессиональных умений с помощью определенных средств и методических приемов развития коммуникативных способностей. Результатом развития этих способностей являются: коммуникативные знания, умения и навыки; коммуникативный потенциал; коммуникативная харизма; коммуникабельность. В работе представлены результаты педагогического эксперимента, которые свидетельствуют о высокой эффективности разработанной модели развития коммуникативных способностей у сотрудников ГПС МЧС России.

Ключевые слова: сотрудники ГПС МЧС России; коммуникативные способности; структурно-функциональная модель; профессиональная подготовка.